INEX 2026.09 Schedule

[S]=スタジオ [Z]=ZOOM

月	火	水	木	金	土	日
31	1	2	3	4	5	6
08:00-09:00[Z] 月経血ヨガ	09:15-10:15[SZ] アシュタンガ入門	06:10-06:30[Z] 朝骨ヨガ	08:30-10:15[SZ] アシュタンガマイソール	09:15-10:15[SZ] アシュタンガ入門	09:00-10:10[SZ] 愛のパワーヨガ	08:00-09:00[SZ] アシュタンガ入門
	09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール	10:00-11:15[S] 月経血フローヨガ	10:30-11:45[SZ] 背骨ヨガ(セラピー	09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール		08:00-09:45[SZ] アシュタンガマイソール
19:00-20:00[SZ] アシュタンガ入門						10:00-11:00[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ
19:00-20:30[SZ] アシュタンガマイソール			19:00-20:00[SZ] アシュタンガ入門			ツキイチクラス 旗の台|Studio Blue
20:30-21:00[Z] 月経血ヨガ	19:10-20:10[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ	19:10-20:20[SZ] アシュタンガヨガハーフ	19:00-20:30[SZ] アシュタンガマイソール	20:30-21:10[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ		アシュタンガヨガクラス 表参道|Beaura
	8	9	10	11	12	13
08:00-09:00[Z] 月経血ヨガ	09:15-10:15[SZ] アシュタンガ入門	06:10-06:30[Z] 朝骨ヨガ		09:15-10:15[SZ] アシュタンガ入門		08:30-09:30[SZ] アシュタンガ入門
08:30-10:15[SZ] アシュタンガマイソール	09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール	10:00-11:15[S] 月経血フローヨガ		09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール		08:30-10:15[SZ] アシュタンガマイソール
10:30-11:30[SZ] 背骨+呼吸						
19:00-20:30[SZ] アシュタンガマイソール			19:00-20:00[SZ] アシュタンガ入門			
20:30-21:00[Z] 月経血ヨガ	19:10-20:10[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ	19:10-20:20[SZ] アシュタンガヨガハーフ	19:00-20:30[SZ] アシュタンガマイソール	20:30-21:10[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ	ヨガフェスタ北海道	
14	15	16	17	18	19	20
08:00-09:00[Z] 月経血ヨガ	09:15-10:15[SZ] アシュタンガ入門	06:10-06:30[Z] 朝骨ヨガ	08:30-10:15[SZ] アシュタンガマイソール	09:15-10:15[SZ] アシュタンガ入門		08:30-09:30[SZ] アシュタンガ入門
	09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール	10:00-11:15[S] 月経血フローヨガ	10:30-11:30[SZ] 背骨+呼吸	09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール		08:30-10:15[SZ] アシュタンガマイソール
19:00-20:00[SZ] アシュタンガ入門						
19:00-20:30[SZ] アシュタンガマイソール			19:00-20:00[SZ] アシュタンガ入門			
20:30-21:00[Z] 月経血ヨガ	19:10-20:10[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ	19:10-20:20[SZ] アシュタンガヨガハーフ	19:00-20:30[SZ] アシュタンガマイソール	20:30-21:10[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ	山形RYT	山形RYT
21	22	23	24	25	26	27
08:00-09:00[SZ] アシュタンガ入門		06:10-06:30[Z] 朝骨ヨガ	08:30-10:15[SZ] アシュタンガマイソール	09:15-10:15[SZ] アシュタンガ入門	08:30-10:00[SZ] アシュタンガフルレッド	09:00-10:00[Z] アシュタンガ入門
08:00-09:45[SZ] アシュタンガマイソール		10:00-11:15[S] 月経血フローヨガ	10:30-11:30[SZ] 背骨+呼吸	09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール	会場:And Yoga	09:00-10:30[Z] アシュタンガマイソール
			19:00-20:30[SZ] アシュタンガマイソール			
			19:00-20:00[SZ] アシュタンガ入門	19:00-20:00[S] 美脚美尻骨盤ヨガ ファンデーション		茨城|スポーツシューレ ツキイチクラス
			19:00-20:30[SZ] アシュタンガマイソール	20:30-21:10[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ	札幌RYT	千葉|ヨガトライブ 特別クラス
28	29	30	1	2	3	4
08:00-09:00[Z] 月経血ヨガ	09:15-10:15[SZ] アシュタンガ入門	06:10-06:30[Z] 朝骨ヨガ		09:15-10:15[SZ] アシュタンガ入門		
08:30-10:15[SZ] アシュタンガマイソール	09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール	10:00-11:15[S] 月経血フローヨガ		09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール		
10:30-11:45[SZ] 背骨ヨガ(セラピー						
19:00-20:00[SZ] アシュタンガ入門						
19:00-20:30[SZ] アシュタンガマイソール						
20:30-21:00[Z] 月経血ヨガ	19:10-20:10[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ	19:10-20:20[SZ] アシュタンガヨガハーフ		20:30-21:10[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ	山口WS	山口WS

09月体験キャンペーン

①ナイトフリー:平日夜&祝土日通い放題=10,800円
※月～金夜+週末通い放題(祝日は朝OK)
③1ヶ月フリー券25%OFF→12,960円(通常18,000円)

[S]=スタジオクラス [Z]=ZOOMクラス

完全予約制です。お電話またはメールでご予約お願いします。

円山)札幌市中央区南1条西24丁目1-17裏参道桂和ビル2階

https://seboneyoga.com/studioinex
Mail:sapporoiyc@yahoo.co.jp

Facebook 始めました★
"いいね!"お待ちしています♪

月経血ヨガ	美脚美尻骨盤ヨガ	アシュタンガヨガハーフ	アシュタンガマイソール		
YUKI	YOJI	MINAKO	TOMOMI	FUMIE	通常クラス以外